

តើលោកអ្នកមានធ្វើតែសម្រេចនៅទីណាក់ដូចជា
ថ្មីមជុំក B បួចាក់ច្បាក់ការពារនៅក្នុង
ណាត់ដៃ?



ការពារទន្លេកម្មុក, ក្នុងរបស់លោកអ្នកពើយនិតិផលមាតិកនៃក្រុម
ត្រួសារប៊ីស់លោកអ្នកខ្សោដុតិវាគលោកខ្សោដុតិក B នេះ។
ការចាក់ឆ្នាំការពាររាយការលោកខ្សោដុតិក B ត្រូវចាក់បីបុគ្គលាច
ជួយការពារ លោកអ្នកខ្សោដុតិវាគលោកខ្សោដុតិកបាននេះ។
បើសិនជាលោកអ្នកត្រូវការពារទិន្នន័យបន្ថែមសិរីភ័ណ៌រាគលោកខ្សោដុតិក
B សូមទូរសព្ទថ្ងៃទែរទេ, ត្រូវឱ្យសុខាធិបាលប្រចាំថ្ងៃដំបូង របស់
លោកអ្នកបុគ្គលិក សុខមាលភាពមាតា សុខមាលភាពទារក
(Healthy Mothers, Healthy Babies) តាមរយៈលេខ
1-800-322-2588។



ដើម្បីស្ថិតិការពេលវេលានេះ
ជាការសារដៃនៅទីតាំង
សម្រាប់រស់នៅទៅ

1-800-525-0127

DOH PUB 348-046 (7/98)

គើឱ្យជាតិអាសុ
ទិន្នន័យកិរស់ឡា
កោះពាំសុប្បុរ
ចាំបាច់ត្រូវយល់អំពើរាជ
រាជកម្មធម្មជីពុក B
ផ្ទេរម៉ែន?



ជនជាតិរាជក្ខុទិដែនជាតិកោះថា ស្ថិក្បឹករាមកៅតនាករលាកក មើលិចជិក B ប្រើប្រាស់ ជាដីដែនជាតិដីទេ ដោយសារ ពួកគេចាត់ទុកបា នាករលាកក មើលិចជិក B នេះ ជានាកសរាមបាយ ឱ្យជាន់ខ្លោយ អាសុវត្ថិភក ឬ ប្រែសចិន ហើយទិន្នន័យកោះថា ស្ថិក្បឹក។



ເທື່ອງການລາຍກເຊີ້ມຜິດຕູກ B ຕີ້ຜ້າເກາະຜູ້ໃຈ?

នាក់ទេស់គីតិវាគកដីរង់ទ្វាយបណ្តាលមកពីថែរកសិរុស (វិសាង) ដើម្បីខ្សោចចិះមា វាដើម្បីខ្សោចចិះម, ក្នុងទៅជាមហាណកចិះមហិយ ដល់ច្បាក់ស្ថាប់ទ្រួតដឹង។

ធម្មស្សែជាប្រើប្រាស់កៅតណោគលាកមិះ តើអ្នកត្រូវកំខនុយទេ ហើយមិន
ដឹងថា ខ្លួនកៅតណោគនេះដី។ ពួកគេមានចិត្តដែរក្នុងផ្ទាល់កៅតណោគនេះទេ។ ក្នុង
របៀបនេះ ទិន្នន័យបានធ្វើឡើងនៅក្នុងផ្ទាល់កៅតណោគនេះ។

ទារកិដិក្នុងកំដីដៃដ្ឋាម្បយកេតិកនាក់លាយកើចិបជុំកុ B អាមកេតិកនាក់នៅសំបុរាណិវិកហើយកេតិកដាចិដីខិចលាលប៉ាក្សរោង។

ເທື່ອງການລາຍກເຊີ້ມຜົນຖານ B ໂຮງງານທ່ານ ຮຽນບັດກາໃສ່?

ພາກເຮົາ: ຜູ້ທີ່ມີຄວາມສູງຢ່າງດຳເນົາກໍ່ເຖິງຕາມຍະຮຽນ ແລ້ວກີ່ກັບພາກເຮົາ: ບຸດຕາມ ໂພ. ຊື່ກົດຝຶກຂຶ້ນຢ່າງດຳເນົາ ການປະຜົບ:

- ◆ តាមការឃុំរក្សាទីនេះ
 - ◆ ពិមាយទៅទានកៅលបូជាន់នេះ
 - ◆ តាមការប្រើប្រាលមាត្រាកំចាប់បូលគ្នា, ធ្វាមតោរពុកមាត់, ក្រុវិសប្រកបដ្ឋានដូចខាងក្រោម
 - ◆ ដោយទំនាក់អាហារបញ្ចូកក្នុងភេះនេះ
 - នាក់រលាកដើម្បីមិនកក B ដូចតាមទិន្នន័យតាម :
 - ◆ ការកណ្តាលសំណង់
 - ◆ ក្នុក
 - ◆ ប្រើប្រាលសំចានជាមយ្យគ្នា
 - ◆ ការផ្លូវ
 - ◆ ទិន្នន័យដោះម្មាយ

ទេវាបីអ្នកកៅករាគរបាកដើម្បីពិនិត្យ B កីឡាយ អ្នករាគចាំប៊ែងដោះ
កូនដោយសុវត្ថភាព កីឡាឌី អ្នកត្រូវឈប់ក្នុងមិនជាក្សាលដោះ
របស់អ្នកប្រប់លាយបាត់ដែកាមដោះ។

ເພື່ສົນຜົາເຫັນກຸງກ່ອນເຮົາຜູ້ຍຸດມີຄວາມເກີດເກາະຄວບທາກເງື່ອນ
ພຶກຸດ B ເຫັນກຸງກ່ອນເປົ້າຢູ່ຄູ່ຂົງໆມະນະໂຮງໝາຍ ເຊິ່ງເກີດເພື່ອເຄື່ອນ
ເພີ້ມພາກຕະເຈະກູາຍ ເບີ້ຍ້ເບີ້ສົນຜົາເຫັນກຸງກ່ອນທີ່ຈະຕັດຫາກ
ຫຼັກກໍາກາວກາວໂຮງ ເຊິ່ງຕ້າກ່ອນຫຼັກກໍາກາວກາວໃນຍຸ້ງກໍາກາວກາວຂອງ
ເຫັນກຸງກ່ອນ

ເທື່ອງກົດພາຂະໜາດຕີ່ກ່ຽວຂ້ອງການຕາມແກຕ ຮ່າງກໍເຊື້ອມຜິດຖຸກ B ?

- ◆ ធម៌សិនជាលោកអ្នកជាតុដីដែលជាតិអាមេរិកសូបីកិចជាតិនៃគោរព តារាងសុវត្ថិភាព នៃជាតិការសំខាន់ណាស់ ធម៌សិនជាលោកអ្នកជាតិនឹង ក្រុម ព្រឹសាជែងក្នុងទេរាប្បីទៅក្នុងឱ្យលាក់លាក់ទៅការ ឡើងជីកុក B នេះ។ ធម៌សិនជាលោកអ្នកជាតិនឹងទាន់បានចាក់ចុះការរាយ លោកអ្នក ការាម ចាក់ចុះឱ្យដឹងដើម្បីការរាយខ្លួនដីក្នុងការរាយ។
 - ◆ ក្រុមទេរាប្បីដែលត្រូវក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកត្រូវចាក់ចុះការ រាយរាយការលោកជីកុកជីកុក B' ឱ្យបានបើលើក។
 - ◆ ធម៌សិនជាក្រុមលោកអ្នកជាតិនៃប្រទេសអូរ៉ូ ប្រើប្រាស់ជាលោកអ្នកជាតិនៃប្រទេសអូរ៉ូ នៅក្នុងបានចាក់ចុះការរាយ នេះហើយប្រើប្រាស់ជាលោកអ្នកជាតិនៃប្រទេសអូរ៉ូ ពេលសុខភាព សែស់អ្នកឱ្យដឹងក្នុងឱ្យលាក់លាក់ចាក់ចុះការរាយខ្លួន។





Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team